

IRTI LÄHEISRIIPPUVUUDESTA?

Epämääräinen paha olo, sietämätön tunne ja tyhjyyden kokemukset herättävät epäilyn omasta jaksamisesta. Hahmoton psyykkinen ja fyysinen pahoinvointisuus voi saada nimen loppuunpalaminen, masennus, vatsavaivat tai ihmishuuhdeongelmat. Jäsentymätön jaksamattomuus saattaa näkyä vaikeuksina lasten kasvatuksessa tai päihderiippuvuutena. Siis olemme lähellä ikuista (?) ja kulunutta kysymystä: Miksi Jaska tai Lissu juo? Tai miksi Jaska on haluton ja väsynyt, miksi elämästä on tullut vain raahautumista seuraavaan päivään? Minne katosi ilo elämästä?

Tommy Hellsten on kirjoittanut kirjan, joka on ollut todellinen myyntimenestys. Kirja tarttuu alkoholismiin vyyhtiin ja etsii ulospääsyä sukupolvien noidankehästä ja sosiaalisen perimän paineesta. Avainasemassa on tuolloin alkoholistin aikuinen lapsi ja hänen oivaluksensa lapsuuden kokemuksista.

”Virtahepo olohuoneessa” kertoo läheisriippuvuudesta, jota Hellsten pitää sairautena tai sairauden kaltaisena tilana. Hän lanseeraa mielenterveys-sanastoon käsitteen LR-persoonaalisuus, joka sisällöllisesti ei ole uusia uutta. Läheisriippuvuus syntyy, kun ”perheen olohuoneeseen asettuu taloksi massiivinen ja aivoton virtahepo”, jonka varjossa muiden on kyettävä elämään

omat tarpeensa unohtaen. Dominoiva virtahepo pitää perheen langat käsissään, rakentaa ihmissuhteiden labyrinttiä ja määrää käytöksellään ilma-piirin.

PAKASTETTU LAPSUUS

Virtahepo tarkoittaa symbolisesti perheenjäsenen/-jäsenen sairautta, esimerkiksi alkoholismia. Useimmiten sairastuja on isä tai äiti, ja lasten elämä ”virtahevon” vaikutuspiirissä asettuu alistumiseksi ja vastuun kantamiseksi. Hyvin tyypillistä on, että lapsuuden ja vanhemmuuden roolit kääntyvät nurinpäin ja lapsi huoltaa vanhempiaan. Hän saattaa joutua hoitamaan käytännön asioita, mutta myös osallistumaan vanhemman kypsyttämiseen käyttökseen ja kantamaan psyykkistä taakkaa. Selviytyäkseen lapsen on syväjäädytettävä omat tunteensa, niin hyvät kuin pahat, ja hänen oma luontainen sisäinen peilinsä alkaa vääristyä. Elämä virtahevon läheisyydessä on pelkoa, aggressiivisuutta ja jatkuvaa epävarmuutta. Tämä aamu ei kerro, mitä ilta tuo tullessaan! Katteettomat lupaukset ja pilalle menneet viikonloput kuuluvat virtahevon perheen elämään.

Läheisriippuvuus-sairaus voi ilmetä päihteiden käytön lisäksi työnarkomanian, inestininä, ahtaana uskonnollisuutena, pelihimona, syömä-

häiriöinä, seksuaaliaddiktioina tai kroonisena sairautena. Olennaista on, että virtahepo hallitsee perhettään, ei anna muille tilaa ja sairaus tahdittaa niin arjen kuin juhlan. Lapsi vastaavasti kehittää itselleen eräänlaisen valeminän, joka ei kapinoi eikä rasita vanhempiensa vaan sopeutuu. LR-ilmiö tuo muassaan vaikeutensa ja häpeän. Kunnes sitten aikuistumisen tai oman perheen perustamisen myötä pakastettu lapsuus murenee ja alkaa nostaa päätään. Lapsi aikuisessa vaatii menetettyjä oikeuksia, ja paha olo on siitä viesti.

TOIPUMISEN KOLME VAIHETTA

Tommy Hellsten kuvailee läheisriippuvuutta konkreettisesti ja koskettavasti osin omien kokemustensa kautta. Lähtökohtana kirjan kirjoittamiselle on ollut hänen oma parantumisensa LR-ilmiön kahleista. Hellstenin isä oli alkoholisti, ja nuori poika valisti nuoruusvuosiensa ”pikkupsykiatrina” isäänsä viinan vaikutuksista ja yritti auttaa häntä. Poika tunsikin olevansa lähes aikuinen ja tasavertainen isäänsä nähden siirtäessään itselleen henkistä vastuuta tämän juomisesta. Lapsi ottaa synn vanhemman juomisesta tai muusta sairaudesta herkästi itselleen. Lapsi tai yhtä hyvin murros-

ikäinen ei kykene ymmärtämään syitä epänormaaliin ja poikkeavaan käyttäytymiseen. Vanhemman outouden ja sairauden hän liittää itseensä.

Hellstenin mukaan LR-sairaudesta voi selviytyä. Toipumisen vaiheet ovat seuraavat: 1) tunnistaminen, 2) läpieläminen ja 3) ymmärtäminen. Kokemusten mukaan prosessi kestää keskimäärin 2–3 vuotta. Tunnistaminen näyttäytyy usein juuri erilaisten sairauksien tunteiden kautta. Kun ihminen ymmärtää, että vanhemman juominen tai sairaus ei ollut hänen syytään, häpeä alkaa väistyä. Tilaa vapautuu lä-

pielämiselle. Edessä on ehkä koettelevin vaihe, mikä raastaa tunteita ja elämänarvoja varsin perusteellisesti. Ymmärtämisen vaihe suhteuttaa mennyttä, nykyhetkeä ja tulevaa. Kysymyksiin alkaa löytyä vastauksia, katkeruus vähenee ja kenties on mahdollista ymmärtää vanhemman ongelmia. Subjektiiiviset tuntemukset vaihtuvat neutraaliksi suhtautumiseksi. Hyvin yksilöllistä on se, kuka pystyy antamaan anteeksi ja kuka haluaa täysin unohtaa menneisyyden.

Tommy Hellstenin kirja kouraisee syvältä ja antaa perspektiiviä kahden sukupolven väli-

selle kohtaamistapahtumalle. Keskeisin ja painavin kirjan annissa on tietoisuus ja kokemus siitä, ettei virtahepo siirry automaattisesti seuraavan sukupolven olohuoneeseen. Virtahevon muodon kohtaaminen vaatii voimia, mutta siitä irrottautuminen ei ole mahdotonta.

MERJA SAARNIO

TOMMY HELLSTEN
VIRTAHEPO OLO-
HUONEESSA
HELSINKI: KIRJAPAJA, 1991
168 s.

RAUTAHANNUJA VAI PELTIHEIKKEJÄ?

Sukupuoliroolikeskustelua on yleensä hallinnut yhdenlainen mieskertomus, jonka juoni johdattaa vallan kabinetteihin. Ne ovat olleet oppineiden naisten kertomia tarinoita. Vastapainoksi on syytä katsoa, millaisia tarinoita sattumanvarainen otos miesten tuottamasta kirjallisuudesta kertoo miehestä.

Markku Hattulan kirja ”Näytön paikka” kertoo kunallispolitiikan kiemuroista pienessä kylässä, joka alkaa muistuttaa vanhusten reser-

vaattia. Siksi paikkakunnalle on saatava välttämättä työpaikkoja. Kylään on palkattu projektisihteeri Rautee, ”taskulaskinmies”, jolla kuitenkin on idealistisia ajatuksia, kuten työllisyyden elvyttäminen jonkinlaisen uuskäsityöläisyyden avulla. Kuntaan on kuitenkin tulossa talotehdas, ja Rauteen ajatukset jäävät jalkoihin päätöksenteon kiemuroissa.

Vallan kuvioluistelua suorittavat, totta kai, miehet. Kaikilla sisäpiirin miehillä on jollain

tavalla oma lehmä ojassa; kenelle se on kultaa, kenelle kunnia ...

Kun talotehdas sitten odotevasti joutuu rahoitusvaikeuksiin, ”vallan miehet” saavat erilaisia pakoreaktioita. Intensiiteitiltään ne vaihtelevat yhden velkoihin sitoutuneen henkilön itsemurhasta paikallisen pankinjohtajan ”moraaliseen housuunsa laskemiseen”. Tässä yhteydessä tuli mieleen J. P. Roosin taannoin Helsingin Sanomien kuukausiliitteessä il-